

SOPHRO RETRO MANENCE (SRMAN)

- **Classification d'origine:** Technique de totalisation du 4^{ème} degré.
- **Définition:** Sophronisation qui permet de prendre conscience de la richesse personnelle.
- **Description de l'exercice:** Le sophronisé ajoute de nouvelles capacités aux capacités naturelles de l'être humain.

- **Description du TAIS***:

1. Visualisation:

- _ Imaginer se regarder;
- _ Imaginer zoomer progressivement vers l'intérieur du corps jusqu'aux chromosomes;
- _ Imaginer les capacités physiques de l'être humain;
- _ Constater ces capacités;
- _ Imaginer les capacités mentales de l'être humain;
- _ Constater ces capacités;
- _ Imaginer l'union de ces capacités naturelles;
- _ Imaginer de nouvelles capacités personnelles;
- _ Imaginer l'union des capacités personnelles et naturelles;
- _ Constater les effets de cette union dans le corps.

2. Ancrage de ces effets.

*** Travail d'Acceptation Intra Sophronique.**